

4. Жуланова И. В. Психологическое здоровье студента: социализация, инфантильность и представление о норме / И. В. Жуланова, А. М. Медведев. – Волгоград, 2005. – 124 с.
5. Зязюн І. А. Філософські проблеми гуманізації та гуманітаризації освіти / І. А. Зязюн // Педагогіка толерантності. – 2000. – № 3. – С. 58–61.
6. Кармин А. С. Культурология : Культура социальных отношений / Кармин А. С. – Спб. : «Лань», 2000. – С. 5.
7. Кривошеева Г. Л. Формування культури здоров'я студентів університету: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кривошеева Галина Леонідівна. – Луганськ, 2001. – 228 с.
8. Лузік Е. Методологічні основи гуманітарної підготовки спеціаліста технічного університету / Е. Лузік // Вища освіта України. – 2004. – № 1. – С. 14–19.
9. Магин В. В. Формирование культуры здоровья личности будущего учителя в процессе его профессиональной подготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Магин В. А. – Ставрополь, 1999. – 185 с.
10. Скумин В. А. Культура здоров'я – фундаментальная наука о человеке / Скумин В. А. . – Новочебоксарск : ТЕРОС, 1995. – 132 с.

### РЕЗЮМЕ

**И. Н. Авдеенко.** Возможности гуманитарной подготовки студентов высших учебных заведений в воспитании культуры здоровья.

*В статье осуществлено теоретический анализ понятий «культура здоровья», «профессиональная подготовка», «гуманитарная подготовка». Показана роль гуманитарной подготовки и ее возможности в воспитании культуры здоровья.*

**Ключевые слова:** культура здоровья, профессиональная подготовка, гуманитарная подготовка.

### SUMMARY

I. Avdeenko. The training humanities's opportunities of students of higher educational establishments in the training of culture health.

*The article deals with the theoretical analysis of the «culture of health», «professional training», «training humanities». Shown the role of training humanities and its opportunities in the training of culture of health.*

**Key words:** culture of health, professional training, training humanities.

УДК 378.14:371.71

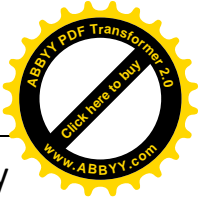
**Л. І. Безугла**

Горлівський державний педагогічний  
інститут іноземних мов

## ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В КОНТЕКСТІ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ

*Обґрунтовано актуальність підготовки майбутніх вчителів до здоров'язбірідного навчання. За аналізом наукової літератури та результатами дослідження визначено етапи, методи та форми організації валеологічної освіти у вищих педагогічних навчальних закладах.*

**Ключові слова:** професійна підготовка, здоров'язбірідне навчання, валеологізація, здоровий спосіб життя.

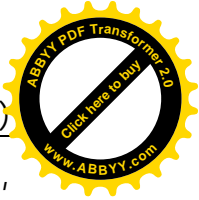
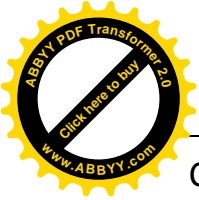


**Постановка проблеми.** Після завершення навчання у вищому педагогічному навчальному закладі суспільство та загальноосвітні навчальні заклади мають отримати професійно компетентних, комунікабельних вчителів, максимальною мірою практично і теоретично підготовлених до нелегкої та відповідальної професії. У національній доктрині розвитку освіти наголошується на тому, що вища освіта повинна забезпечити ефективну підготовку та підвищення кваліфікації педагогічних кадрів [6]. Професія вчителя є однією з найважливіших професій у будь-якому суспільстві. У законі України «Про загальну середню освіту» вчитель визначається як «особа з високими моральними якостями, яка має відповідну педагогічну освіту, належний рівень професійної підготовки, здійснює професійну діяльність, забезпечує результативність та якість своєї роботи, фізичний та психічний стан здоров'я якої дозволяє виконувати професійні обов'язки в навчальних закладах освіти» [5]. Сьогоднішні умови життя вимагають від вчителя все більш інтегрованих знань для успішної організації навчально-виховного процесу, але слід не забувати і про здоров'я вчителя. Бо саме від його стану залежить перебіг і ефективність виробничих процесів.

Водночас, доречним буде вказати й на протиріччя між вимогами суспільства до підготовки майбутнього вчителя, покликаного формувати, зберігати та зміцнювати своє здоров'я й здоров'я майбутніх вихованців, та їх недостатньою практичною реалізацією в умовах освітнього процесу педагогічних ВНЗ. А саме, дисципліна «Валеологія», викладається лише на I курсі у першому семестрі.

Потреба проектування нового валеологічного змісту професійної підготовки майбутніх вчителів виростає як з вимог розвитку сучасної педагогічної науки, так і з рефлексії власної практики та аналізу результатів досліджень. Підготовка майбутніх вчителів до валеологічної діяльності постає як завдання, без вирішення якого суспільство може понести досить помітні й не відтворені втрати людського потенціалу.

**Аналіз актуальних дослідження.** Проблеми формування культури здоров'я студентів педагогічних ВНЗ присвячено численні праці вітчизняних та зарубіжних учених (Г. Апанасенко, В. Бобрицька, І. Брехман, Є. Буліч, О. Вакуленко, В. Войтенко, М. Гончаренко, В. Горашук, М. Гриньова, О. Дубогай, Л. Жаліло, С. Кириленко, Г. Кривошеєва,

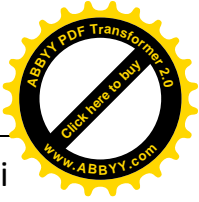
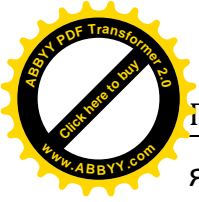


С. Лебедченко, В. Оржеховська, В. Петренко, Л. Попова, С. Страшко, А. Тимченко, А. Царенко, О. Яременко та ін.). У напрямку усвідомлення студентською молоддю цінності здоров'я як одного з головних пріоритетів зроблено досить багато. Однак, для забезпечення високого рівня культури здоров'я у майбутніх вчителів необхідно докласти значних зусиль численних науково-педагогічних працівників і організаторів освіти.

**Мета статті** – розкрити особливості підготовки майбутніх вчителів до професійної діяльності в контексті валеологічної освіти.

**Виклад основного матеріалу.** На сьогодні стан здоров'я вчителів є вкрай незадовільним. Вчителям доводиться багато працювати переважно в статичному положенні, стоячи (при проведенні уроку), чи сидячи за робочим столом при підготовки до уроків (опрацювання літературних джерел, написання конспектів, перевірка зошитів тощо), що приводить до гіподинамії. А також однотипні за структурою рухові дії (сидіння за робочим столом, чи утримання статистичного положення під час викладу навчального матеріалу) сприяють напруженню м'язів спини, шиї, плечового поясу тощо.

Сьогоднішній вчитель працює в середовищі, де постійно не припиняє збільшуватися потік інформації, виникають стресові ситуації. Специфіка праці, спосіб життя вчителя є причиною емоційного вигорання. До основних чинників, що зумовлюють стреси й емоційне вигорання педагогів, відносяться: щоденне психічне перевантаження, самовіддана допомога, висока відповідальність за учнів, дисбаланс між інтелектуально-енергетичними витратами та морально-матеріальною винагородою, рольові конфлікти, поведінка «важких» учнів. Підраховано, що при навантаженні у межах 18–24 годин на тиждень учителі в середньому працюють 10–12 годин на день. Крім проведення уроків (основне місце в структурі робочого часу вчителя) підготовка до уроків удома, перевірка письмових робіт, додаткові заняття та консультації, робота з батьками, різнопланова позакласна та позаурочна робота, професійна відповідальність за результати навчально-виховного процесу тощо. Робота вчителя з батьками, учнями, колегами передбачає не лише професіоналізм, комунікативну культуру, компетентність, але й високу емоційну стійкість, вміння володіти собою, неупередженість, стриманість, толерантність. Будь-яка критична ситуація незалежно від її специфіки



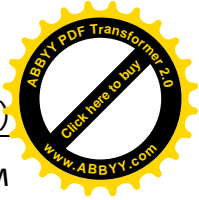
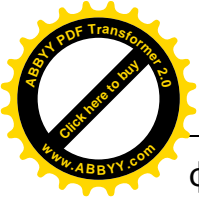
являється важким тягарем для педагога, негативно впливаючи на нього і призводячи, зрештою, до вигорання.

Як зазначив В. Язловецький, «багато педагогів страждають різноманітними хронічними захворюваннями, знаходяться в стані хронічного стресу, але про своє здоров'я тривожаться недостатньо. Досвід підтверджує, що ті, хто не вміє берегти своє здоров'я, не вміє оберігати його й в інших» [9, с. 4]. Практика системи навчання показує, що всяке нововведення починається саме з освіти вчителів, рівня їхньої готовності до визначеної роботи, сформованості особистісних якостей. Брати участь у формуванні здоров'я інших можуть лише викладачі, які, окрім необхідних понять і знань, мають власний відрефлектований досвід. Тільки вони у взаємодії зі своїми учнями можуть з повним правом сказати: «Роби, як я!», а не обмежуватися закликком «Роби, як я говорю!». Лише тоді, коли вчитель сам веде здоровий спосіб життя, він буде прикладом для своїх вихованців.

Л. Рябих зазначає: «Назріла необхідність у навчанні основ валеології всіх факультетів педагогічного ВНЗ. Перш ніж учити творити здоров'я своїх вихованців, учитель повинний сам усвідомити цінність здоров'я, займаючи в цьому питанні активну життєву позицію» [7, с. 131]. Сьогодні виникла гостра необхідність у підготовці вчителя не тільки як професіонала-предметника, але і як фахівця який має високий рівень культури здоров'я й здатного формувати його у школярів.

Підготовка ж фахівців у вищій школі сьогодні, як зазначив А. Рибковський, проводиться виключно відповідно до вимог економіки. Людина є додатком виробництва. При підготовці фахівців найбільша увага приділяється розвиткові тих якостей людини, що будуть необхідні в майбутній виробничій діяльності. Мало вивчається людина як особистість і індивідуальність. Сьогодні ще існує традиційна авторитарно-репродуктивна система освіти, де викладач є суб'єктом педагогічної діяльності, а студент – об'єктом його впливу, що суперечить потребам психічного й фізичного розвитку студентської молоді [4, с. 15].

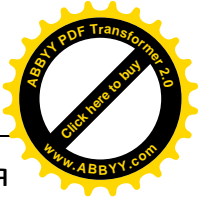
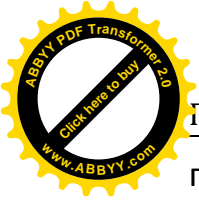
С. Ахмерова відмітила, що навчально-виховна робота у ВНЗ спрямована здебільшого на формування інтелекту як такого, що складає певну суму знань, на оволодіння інформацією. Процес особистісного становлення студентської молоді, його соціальний, духовний, психічний і



фізичний розвиток залишається стихійним і нерегульованим. Результатом довготривалого «технократизму» в питанні освіти різних фахівців є популяризація серед деякої частини викладачів думки про нейтральність викладачів гуманітарних та технічних дисциплін до здійснення позааудиторної й оздоровчої роботи. Ці викладачі вважають, що метою їх діяльності є підвищення якості фахового навчання, а турботи щодо інших проблем студентів (куріння цигарок, лихослів'я, агресивність, уживання спиртного, деякий правовий нігілізм) не є їх проблемами. Така самозаспокоєність педагогів щодо побуту студентів явно негативно впливає на рівень здоров'я молоді. Ментальність багатьох викладачів така, що, з їхньої точки зору, головним є вивчення профільних дисциплін, тобто таких, які необхідні для набуття професії, а не те, щоб до кінця навчання студент зберіг здоров'я, щоб у нього вистачило сил та навичок мобілізуватися та впроваджувати свої знання в житті [1, с. 39]. Аналіз останніх досліджень і публікацій дає змогу зазначити, що формування культури здоров'я у навчально-виховному процесі педагогічних ВНЗ України ще не відповідає світовим і європейським стандартам та потребує подальшого осмислення з метою підвищення якості її реалізації. Зараз необхідні кроки, які давали б нове, продуктивне бачення явищ життя й здоров'я людини.

Е. Булич наголошує: «Концепція здорового способу життя в тому вигляді, у якому вона відома населенню, сьогодні виявляється недостатньо. Обґрунтована великим лікарем античності Гіппократом (460–377 рр. до н.е.), вона була ефективна більше двох тисяч років, але сьогодні повинна бути змінена сучасною, урахувавши реалії цього часу» [3, с. 63].

Усе перераховане вище ставить нас перед необхідністю переглянути професіограму майбутнього вчителя й виділити головні компоненти, що визначають його готовність до формування власної культури здоров'я та здоров'я майбутніх вихованців. У сучасних умовах підготовки майбутніх вчителів необхідно посилити увагу до озброєння їх знаннями та вміннями формувати, зберігати та зміцнювати здоров'я вихованців, що є важливою складовою професійної компетентності. Лише за умови формування здоров'язберігаючої компетентності студентів, як майбутніх учителів, можливе повноцінне забезпечення валеологізації навчально-виховного



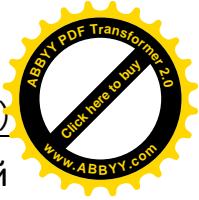
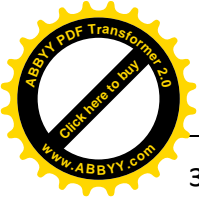
процесу у загальноосвітніх навчальних закладах. Вирішення цього питання потребує поетапної організації підготовки майбутніх вчителів.

З багатьох навчальних дисциплін «Валеологія» вирізняється широким спектром впливу на людину. Валеологія є цілісним комплексом профілактично-прикладних знань про структуру та функціонування організму людини і її захисних механізмів у взаємодії з біосферою та космосом, про їх розвиток і вдосконалення, а також про використання ефективних методів оздоровлення як у звичайних, так і в екстремальних умовах сучасного екологічного стану. У процесі дослідження ми зробили висновок, що сучасний процес валеологізації майбутніх вчителів набуває ефективності за наступними етапами. Перший етап (I курс) – освітній, тобто саме викладання дисципліни «Валеологія» у першому семестрі забезпечує студентів правовими знаннями з питань охорони здоров'я, розвитку науки про здоров'я в історичному ракурсі тощо. Завданням першого етапу є розширення світогляду, визначення пріоритетів, сенсу життя, що допоможе студентові при виборі способу життя.

Другий етап (II курс) – діяльнісний, а саме, увагу треба звернути на практичні вміння студентів використовувати традиційні та нетрадиційні оздоровчі методики як в навчальному процесі, так і у вільний час. Ці вміння студенти повинні отримати на практичних заняттях з фізичного виховання.

Третій етап (III курс) – профілактичний, на якому студенти повинні придбати теоретичні знання та практичні вміння, щодо діагностики стану здоров'я школярів, санітарно-гігієнічні умови навчально-виховного процесу; раціональну організацію праці та відпочинку школярів; проектування здоров'язберігаючих технологій як у навчальний, так і поза навчальний час; моделювання оздоровчо-виховної роботи та проектування профілактично просвітницьких програм й проектів в боротьбі з шкідливими звичками. Критеріями оцінки рівня знань й умінь стане діяльність студентів у період проходження активної педагогічної практики у загальноосвітніх навчальних закладах, в дитячих оздоровчих таборах.

Четвертий етап (IV курс) – поведінковий, звернення уваги на спосіб життя студентів. Велике значення набуває виховання мотиваційного компонента до ведення здорового способу життя. Саме мотиви



зумовлюють спосіб життя людини, її потреби, готовність діяти в тій чи іншій ситуації. Вони є найбільш суттєвими для виявлення будь-яких вольових зусиль. За роки навчання студенти повинні оволодіти методикою самоаналізу власних вчинків, вміти самоконтролювати свої емоції та поведінку, бути самокритичними, цілеспрямованими, рішучими, наполегливими, ініціативними, енергійними, стриманими тощо. На цьому етапі передбачається активне включення студентів у процес глибокого внутрішнього аналізу своїх дій та вчинків, самопізнання та роботи над своїм внутрішнім світом. Саме на цьому етапі, завдяки попередній підготовці та здобутих в її процесі знань, вмінь та навичок, студенти можуть спланувати програму оздоровлення, самовиховання та самовдосконалення.

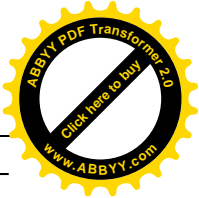
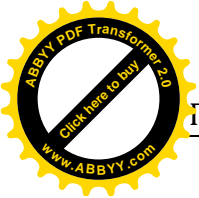
Цей етап також можна назвати адаптаційним до наступного нового етапу життя, що передбачало забезпечити гнучкість і стійкість особистісної поведінки в різноманітних умовах, тобто не тільки пристосованість до природного і соціального оточення, але й активне їх перетворювання.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Визначена проблема є актуальною і потребує подальшого більш глибокого дослідження. Пошук оптимальних варіантів навчання, перехід від догматичного навчання до сприяння саморозвитку творчої особистості майбутнього вчителя, який розуміє значення здоров'я, знає оптимальні шляхи, засоби та методи його формування, має відповідальне ставлення та спрямованість на зміцнення особистого здоров'я та здоров'я майбутніх вихованців – одне з головних завдань на сучасному етапі розвитку педагогічної освіти.

Перспективою нашого дослідження є створення корекційно-відновлювальних та оздоровчих програм, які повинні базуватися на поглибленні індивідуального підходу при вирішенні різних питань стосовно формування, збереження та зміцнення здоров'я.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Ахмерова С. Г. Здоровый образ жизни и его формирование в процессе обучения / С. Г. Ахмерова // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2001. – № 2 – С. 37–40.
2. Багнетова Е. А. Формирование профессионально-педагогической культуры здоровья студентов педагогического вуза : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Багнетова Елена Александровна. – Сургут, 2004. – 208 с.
3. Буліч Є. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Є. Г. Буліч, І. В. Муравов. – К. : ІЗМН, 1997. – 224с.



4. Здоров'я та освіта : проблеми та перспективи / гол. ред. А. Г. Рибаківський. – Донецьк : ДонДУ, 2000. – 416 с.
5. Закон України «Про загальну середню освіту». – К., 1999. – С.31.
6. Національна доктрина розвитку освіти //Освіта України. – 2002. – №33 (від 23 квітня).
7. Рябых Л. Н. О необходимости преподавания валеологии в педагогическом вузе Л. Н. Рябых // III Национальный конгресс по профилактической медицине и валеологии : тез. докл, 28 – 31мая. – СПб., 1996. – С. 131–132.
8. Савченко О. Я. Функціональний підхід при підготовці майбутнього вчителя / О. Я. Савченко // Освіта України. – 2002. – № 44/45. – С. 7.
9. Язловецький В. С. Педагогічна валеологія – наука про формування здоров'я / В. С. Язловецький // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки і перспективи. – Кіровоград : Кіровоград. держ. пед. ун-т ім. В. Винниченка, 2003. – С. 3–12.

### РЕЗЮМЕ

**Л. И. Безуглая.** Подготовка будущих учителей к профессиональной деятельности в контексте валеологического образования.

*Обоснована актуальность подготовки будущих учителей к здоровьесохраняющему образованию. На основе анализа научной литературы и результатов исследования определены этапы, методы и формы организации валеологического образования в высших педагогических учебных заведениях.*

**Ключевые слова:** профессиональная подготовка, здоровья сохраняющее образование, валеологизация, здоровый способ жизни.

### SUMMARY

L. Bezuglaya. Training future teachers for professional activity within the framework of valeological education.

*The author gives proof for the topicality of training future teachers for health-protecting education. Analysis of scientific literature and results of the research serve a ground for defining stages, methods and forms of valeological education organization in higher pedagogical institutions.*

**Key words:** professional training, health-protecting education, valeologisation, healthy life style.

УДК 371.134

**Т. Є. Бондаренко**

Кременецький обласний гуманітарно-педагогічний інститут ім. Тараса Шевченка

### ВИЗНАЧЕННЯ СТРУКТУРИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ

*У статті розглядаються наукові підходи до визначення структури здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів біології. Аналізуються показники розвитку когнітивного, емоційно-ціннісного та діяльнісного компонентів здоров'язберігаючої компетентності педагога, що дає змогу коректувати роботу викладачів вищих педагогічних навчальних закладів з метою удосконалення процесу формування цієї компетентності у майбутніх вчителів.*

**Ключові слова:** компетентнісний підхід, здоров'язберігаюча компетентність, вчитель біології, викладацька діяльність.